



Financováno
Evropskou unií



CENTRUM PRO ROZVOJ PÉČE O DUŠEVNÍ ZDRAVÍ
CENTRE FOR MENTAL HEALTH CARE DEVELOPMENT



ŠKOLA ZOTAVENÍ

Rosteme spolu

O čem je škola zotavení?

Co přináší koprodukce a nový koncept flexibilní Školy zotavení?

Mgr. Jana Pluhaříková Pomajzlová

Mgr. Juraj Marendiak

Mgr. Natálie Vokáčová



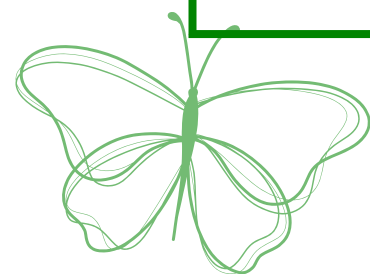


Co je Škola zotavení (a co není)

Škola zotavení / Recovery College - moderní, nestigmatizující způsob péče o duševní zdraví

Evidence based, 200 Recovery colleges napříč světem

<i>Studenti a lektoři</i>	<i>Pracovníci a klienti / pacienti</i>
<i>Přihlásit se ke studiu</i>	<i>Uzavřít smlouvu o poskytování služby</i>
<i>Vzdělávání a osobní růst</i>	<i>Rehabilitace / léčba</i>
<i>Civilní prostředí</i>	<i>Prostředí služby</i>





Na jakých principech Škola zotavení stojí

- **Koprodukce**

každá zkušenost je vítaná, tvoříme spolu

- **Zotavení**

vytváříme prostředí, kde lidé mohou pocítit podporu ve svém zotavování

- **Flexibilita**

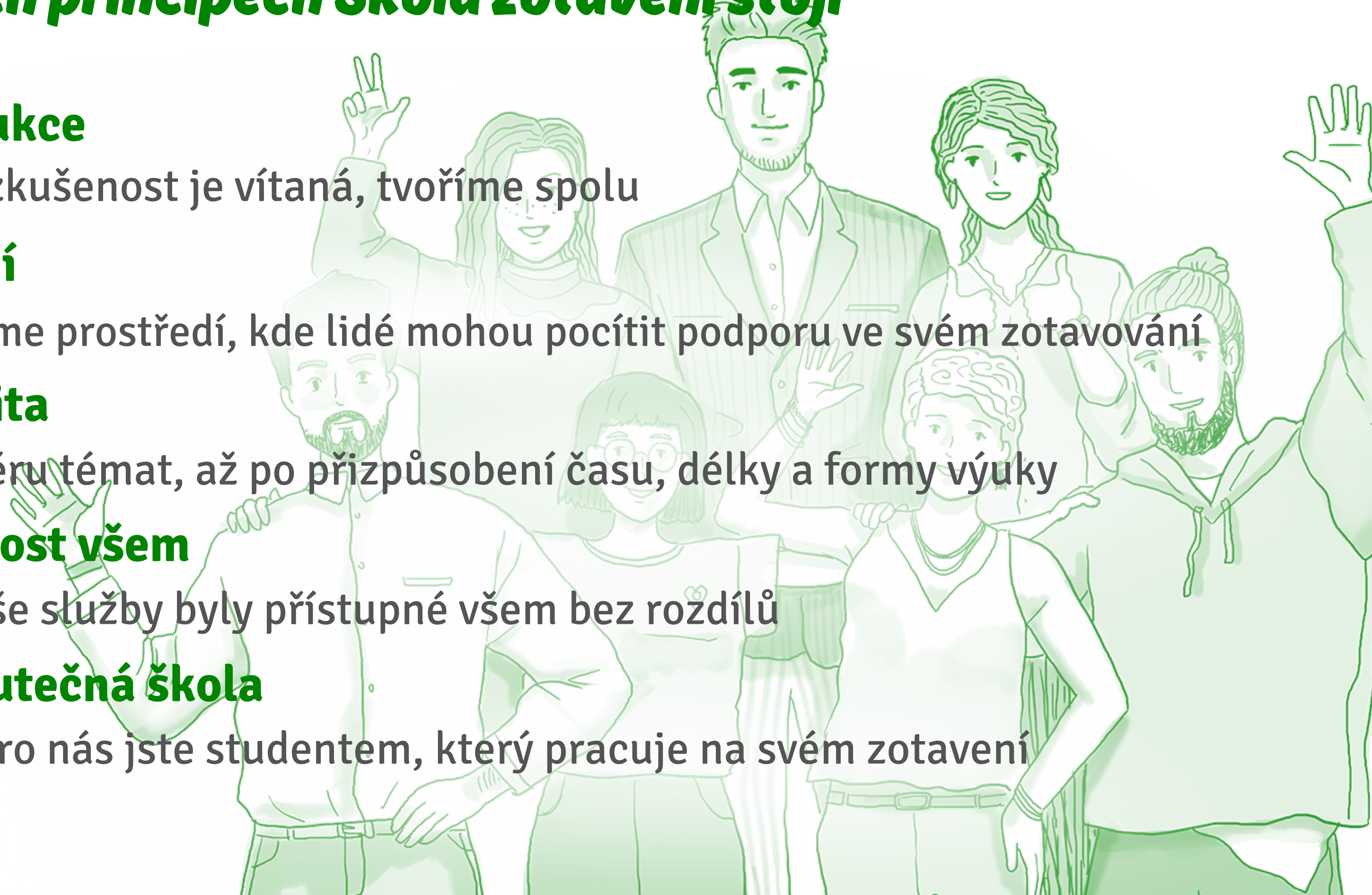
od výběru témat, až po přizpůsobení času, délky a formy výuky

- **Otevřenost všem**

aby naše služby byly přístupné všem bez rozdílů

- **Jako skutečná škola**

nás a pro nás jste studentem, který pracuje na svém zotavení





Jak vypadají kurzy Školy zotavení



Škola zotavení je vzdělávací instituce, která je založena na moderních poznatcích v péči o duševní zdraví.

Vzdělávání, které poskytujeme, je založeno na odbornosti a expertní/vlastní zkušenosti lidí s psychickými obtížemi.

Bezpečný prostor

Sdílení

Dvojice lektorů

Výuka

Interakce





Princip koprodukce v praxi



Příležitosti

vs

Limity





Flexibilita

Jak se odráží flexibilita v tématech našich kurzů?

Mozaika všedních dní

Příběh mého zotavení

Ztráty a nálezy

Živý víkend pro zotavení

Stigma a self-stigma

Stigma a self-stigma

Vědomí sebe

Plán bezpečí

S kůží na trh

Poznej Školu zotavení

Vědomí sebe

Co si nemusím nechat líbit

První kroky k zotavení

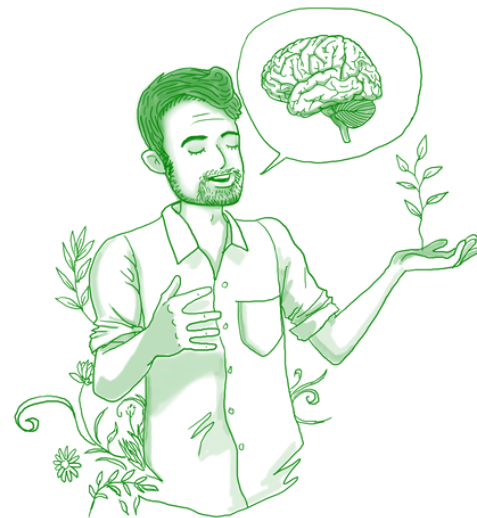
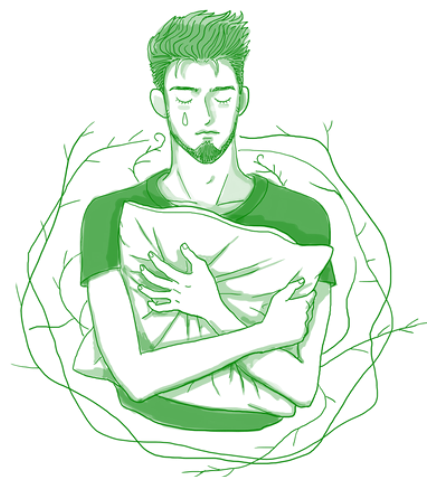
Jak se dál odvíjí moje cesta

Odolnost a/v zotavení





Kdo jsou naši studenti?



***Lidé se zkušeností
s psychickými obtížemi***

***Odborníci v oblasti podpory
psychického zdraví***

***Blízcí lidem se zkušeností
s psychickými obtížemi***

***Lidé, které oblast
psychického zdraví zajímá***

A kdo je v týmu Školy zotavení?

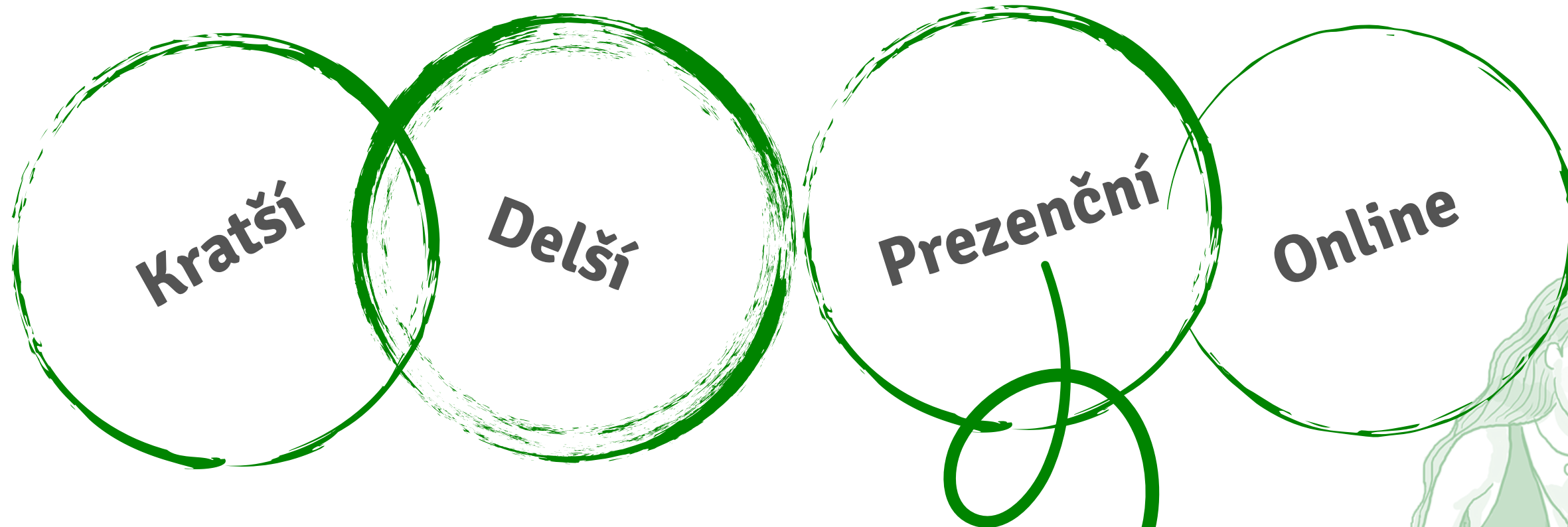
***Peer lektoři, kteří vzdělávají
primárně skrze své zkušenosti***

***Odborníci v oblasti péče o
psychického zdraví, kteří se s lidmi se
zkušeností s psychickými obtížemi***

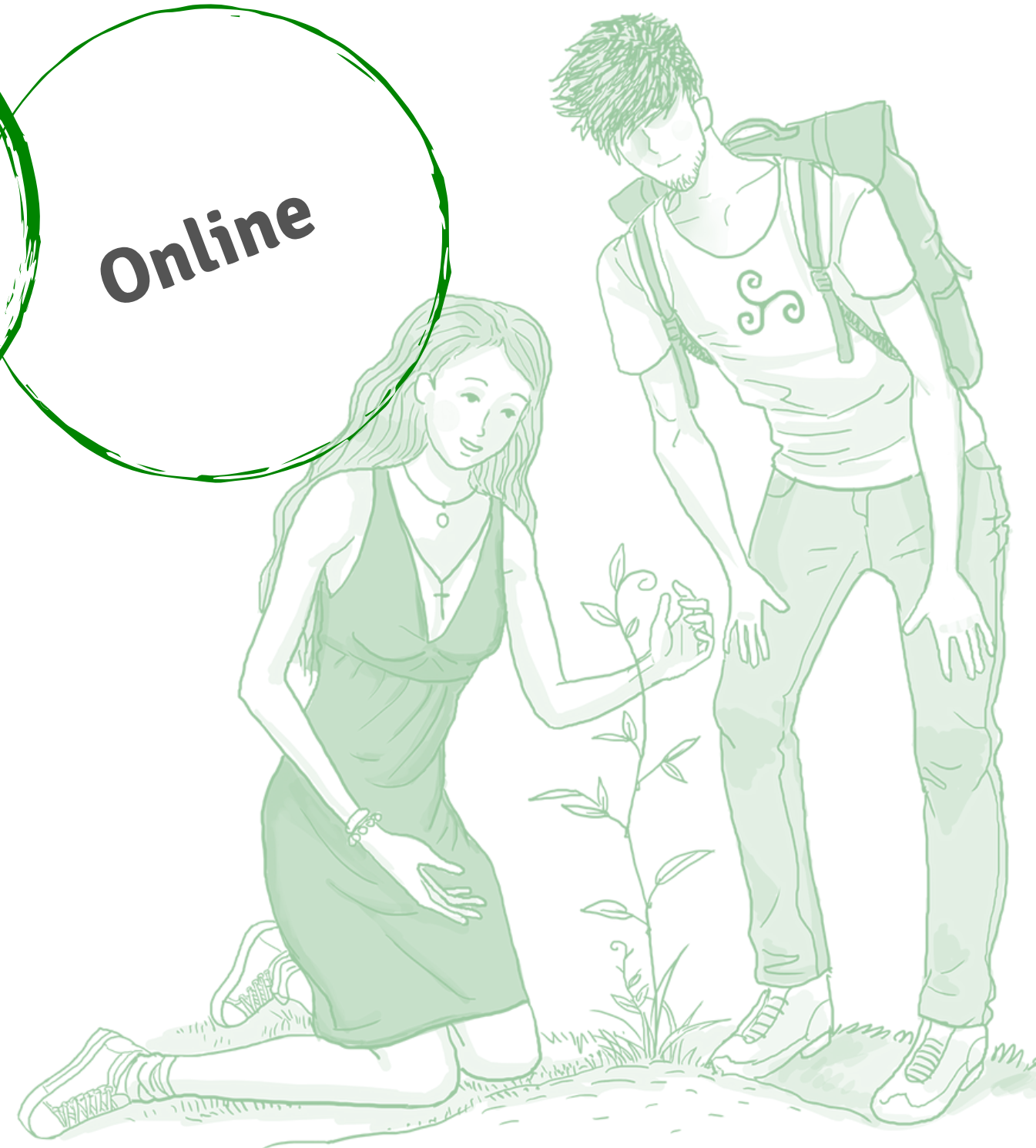




Formát kurzů flexibilní Školy zotavení



- v Centru pro rozvoj péče o duševní zdraví
- v prostorech partnerských organizací
- u vás





Kousek kurzu

Tradice

NÁSLEDOVAT RESPEKTOVANÉ MODELY A VZORY Z MINULOSTI

Sebekontrola

BÝT DISCIPLINOVANÝ V TOM, CO DĚLÁM, MÍT PEVNOU VŮLI

Volný čas

MÍT DOSTATEK ČASU PRO SEBE A SVÉ ZÁJMY

Samostatnost

NEZÁVISLOST NA OSTATNÍCH, URČOVAT SI SÁM SVŮJ SMĚR

Sebepřijetí

PŘIJÍMAT SEBE TAKOVÉHO/OU, JAKÝ/Á JSEM

Tradice

NÁSLEDOVAT RESPEKTOVANÉ MODELY A VZORY Z MINULOSTI

Uznání

ZAŽÍVAT UZNÁNÍ A OCENĚNÍ, NAPŘ. ZA ODVEDENOU ČINNOST

Opravdovost

JEDNAT ZPŮSOBEM, KTERÝ ZRCADLÍ, KDO JSEM

Samostatnost

NEZÁVISLOST NA OSTATNÍCH, URČOVAT SI SÁM SVŮJ SMĚR

Intimita

BÝT V KONTAKTU SÁM SE SEBOU A VNITŘNÍM PROŽÍVÁNÍM, SDÍLET SVOJE NEJVNITŘNĚJŠÍ ZÁŽITKY S OSTATNÍMI

Vnitřní mír

ZAŽÍVAT POCIT VNITŘNÍHO KLIDU A MÍRU



Financováno
Evropskou unií



CENTRUM PRO ROZVOJ PÉČE O DUŠEVNÍ ZDRAVÍ
CENTRE FOR MENTAL HEALTH CARE DEVELOPMENT



ŠKOLA ZOTAVENÍ

Rosteme spolu

Děkujeme za pozornost!

www.skolazotaveni.cz

